

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa berada pada masa dewasa awal, hal ini sesuai dengan penjelasan Yusuf (2012) yang menyatakan bahwa mahasiswa adalah individu dengan rentang usianya berada pada 18-25 tahun dan memiliki tugas perkembangan berupa pematangan pendirian hidup.

Kesejahteraan psikologis merupakan sesuatu yang penting untuk dimiliki oleh mahasiswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Sax (1997) yang menyatakan bahwa menjaga kesehatan baik kesehatan fisik maupun kesehatan psikologis merupakan hal yang penting untuk kesuksesan mahasiswa di kampus. Kesehatan fisik dan psikologis memiliki hubungan dengan perkembangan secara akademik, kualitas kepemimpinan, dan kepuasan secara menyeluruh di dunia perkuliahan. Kesehatan mahasiswa menjadi sesuatu yang penting untuk diperhatikan dikarenakan mahasiswa sedang mengalami masa transisi dari remaja menuju dewasa

Kata “sejahtera” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti aman sentosa dan makmur, selamat (terlepas dari segala macam gangguan, kesuksesan dan sebagainya). Sedangkan “kesejahteraan” adalah keamanan dan keselamatan (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) adalah kesehatan psikologis individu yang dilihat berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*).

Ryff & Keyes (1995) menjelaskan bahwa kriteria fungsi psikologi positif ini adalah landasan teoritis untuk menghasilkan model kesejahteraan dengan multidimensi. Dimensi yang menjelaskan kesejahteraan psikologis terdiri dari dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pertumbuhan pribadi, tujuan dalam hidup, serta penguasaan lingkungan.

Asrama mahasiswa Islam diperuntukkan untuk mahasiswa aktif di suatu universitas dan diharuskan beragama Islam. Mahasiswa yang menjalani masa perkuliahan dan mengikuti program pesantren di asrama Islam tentu memiliki keseharian yang berbeda jika dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di rumah dan tidak

mengikuti program pesantren. Asrama mahasiswa Islam memiliki program khusus yang harus diikuti oleh penghuninya.

Mahasiswa yang tinggal di asrama mahasiswa Islam juga memiliki sebutan lain yaitu santri. Mereka yang memilih untuk tinggal di asrama mahasiswa Islam memiliki dua status sekaligus. Kedua status tersebut adalah status sebagai mahasiswa dan sebagai santri. Selain memiliki dua status, mahasiswa juga diwajibkan untuk mengikuti program-program berbasis agama Islam yang telah diatur oleh pengurus asrama.

Asrama Mahasiswa Islam Sulthon Aulia adalah sebuah pesantren seperti pada umumnya, dimana santri yang tinggal di tempat ini adalah mahasiswa yang mendapatkan ilmu pendidikan agama langsung dari ustad dan ustadzah yang sudah tersertifikasi memiliki kemampuan yang mumpuni untuk mengajar ilmu Alquran dan Alhadist.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara beberapa mahasiswa. Diketahui bahwa AN mengaku bahwa dirinya merasa terikat akan statusnya sebagai santri di Asrama Islam Sulthon Aulia. Hal ini lantas membuat dirinya merasa wajib untuk memenuhi segala aturan yang ada. AN juga mengaku merasa

kurang mampu dalam mengembangkan dirinya dikarenakan tidak mengikuti kegiatan di luar asrama, seperti kegiatan organisasi di kampus. Menurut SR, selama ia tinggal di asrama Islam Sulthon Aulia, ia mengaku merasakan banyak hal diantaranya perasaan bahagia, sedih, dan lelah. Permasalahan yang kerap dirasakan oleh SR yaitu kesulitan dalam memahami karakteristik yang dimiliki oleh teman-teman SR, hal ini membuat SR beberapa kali mengalami konflik dengan teman satu asramanya. Menurut FM, selama ia tinggal di asrama Islam Sulthon Aulia, ia merasa bahagia, sedih, dan jenuh. FM merasa memiliki kesulitan dalam mematuhi aturan yang ada di asrama tersebut, terlebih lagi aturan terkait perizinan. FM juga merasa kurang leluasa dalam mengikuti kegiatan di luar asrama dikarenakan proses perizinan yang sulit. FM merasa kesulitan dalam mengontrol emosi jika terdapat teman yang mengatakan sesuatu kepada FM. Ia juga sering kali merasa dirinya kurang kompeten jika dibandingkan dengan santri lain. Ia juga merasa terbatas dalam melakukan aktivitas di malam hari, dikarenakan peraturan jam malam yang diberlakukan pukul 23.00 WIB. Ia merasa kurang mampu dalam membangun hubungan yang akrab dengan teman satu kamarnya.

Saat pandemi berlangsung, kegiatan yang semula dilaksanakan pada Asrama Islam Sulthon Aulia ditiadakan dan sebagai pengganti,

kegiatan harian dilakukan secara *online* di rumah masing-masing. Menurut AN, ia tidak merasakan adanya perbedaan yang signifikan ketika dirinya berada di asrama dan tidak. Hal ini dikarenakan kegiatan di asrama juga AN lakukan di rumah walaupun secara *online*. Kegiatan asrama yang sehari-hari ia lakukan seperti pengajian subuh, pengajian malam, dan rapat atau musyawarah yang dilakukan secara *online*. AN mengaku walaupun ia tidak melakukan piket harian yang biasa ia lakukan di asrama, AN tetap membiasakan diri untuk selalu mengerjakan pekerjaan rumah sebagai bentuk bakti diri kepada orangtuanya. Selain itu, kegiatan membaca Alquran juga rutin AN kerjakan dan melakukan laporan mengenai sejauh mana bacaan Alquran yang telah AN kerjakan. AN merasa bahwa perbedaan tetap ada, namun hal tersebut tidak membuat AN lupa bahwa dirinya adalah santri di Asrama Islam Sulthon Aulia.

Menurut SR, ia tidak merasakan sama sekali perbedaan ketika di rumah dan di asrama. Hal ini ia rasakan karena dirinya telah terbiasa untuk melakukan hal-hal yang biasa dilakukan di asrama. SR mengaku bahwa dirinya sudah terbiasa sejak kecil untuk selalu mengamalkan perbuatan yang diwajibkan oleh Islam, seperti membaca Alquran, mengkaji Alhadist, serta membantu kedua orang

tua sebagai bentuk kegiatan pengganti piket harian yang biasa ia lakukan.

Hal lain ditunjukkan oleh FM. Menurut FM, ia mengalami perbedaan ketika dirinya tinggal di asrama dan tidak. Ia mengaku bahwa sudah dua bulan lamanya dirinya tidak merasakan nyamannya berada di asrama tersebut. Walaupun FM seringkali mengalami masalah, namun hal tersebut tidak membuat FM senang untuk meninggalkan asrama. FM mengaku bahwa perubahan yang ia rasakan adalah kebersamaannya dengan teman satu kamarnya. FM merasa lebih kesepian di rumah jika dibandingkan dengan di asrama, hal ini dikarenakan FM hanya memiliki satu orang adik yang dapat diajak bercerita. FM mengaku tidak mengalami kendala saat mengikuti kegiatan asrama secara *online*. FM mengaku bahwa di rumah, dirinya tetap membiasakan untuk disiplin dalam melakukan ibadah seperti sholat lima waktu, sholat sunnah, membaca Alquran, dan mengikuti pengajian *online* yang diselenggarakan oleh asrama.

Hasil wawancara yang dilakukan terhadap tenaga pengajar pun dilakukan. Menurut BR, selama ia mengajar di asrama Islam Sulthon Aulia, banyak permasalahan santri atau mahasiswa yang ia temukan. Berdasarkan penjelasan BR, terdapat mahasiswa yang masih enggan dalam berinteraksi dengan teman asrama lainnya. Hal ini dilakukan oleh mahasiswa tersebut dikarenakan mahasiswa



tersebut seperti memiliki dunia sendiri. Ia tidak memiliki minat yang kebanyakan mahasiswa lain miliki. Minat yang ia miliki ada pada *anime*, sehingga hal ini menyebabkan mahasiswa tersebut merasa kesulitan dalam berinteraksi dengan teman yang lain dikarenakan tidak memiliki minat seperti mahasiswa lain di asrama tersebut. Masalah lain yang BR temukan adalah mahasiswa yang terlalu sering mengaji dan terlalu mengutamakan hal agama. Hal ini membuat mahasiswa lain merasa tidak nyaman jika mengutarakan suatu pendapat kepada mahasiswa tersebut jika hal itu di luar hal keagamaan.

Berdasarkan hasil wawancara bersama MF, ia menemukan bahwa pada umumnya, mahasiswa atau santri mengalami permasalahan dalam mengatur waktu antara urusan agama dengan urusan akademik. Selain itu, mahasiswa juga merasa kesulitan dalam mengatur keuangan serta kesulitan dalam menjaga emosi, dalam artian mahasiswa atau santri di asrama Islam Sulthon Aulia mudah tersinggung.

Berdasarkan hasil wawancara bersama RR, terdapat mahasiswa yang masih belum mampu dalam membedakan keadaan di rumah dan di asrama. RR merasa bahwa mahasiswa tersebut manja dan ingin selalu diperhatikan. Mahasiswa tersebut sering kali bersikap seolah-olah dirinya ada di rumah dan tidak mematuhi

peraturan yang ada di asrama tersebut, seperti terlalu banyak menonton film dan selalu merasa ingin bebas. Mahasiswa tersebut juga sering kali merasa tidak nyaman jika berada pada kerumunan banyak orang dikarenakan keadaan yang bising. Mahasiswa tersebut juga dikenal sebagai orang yang tertutup dan jarang bercerita dengan orang lain, terlebih ketika ada masalah.

Masalah lain yang ditemukan oleh DA selaku ketua asrama putri yaitu masih terdapat mahasiswa yang merasa rendah diri dikarenakan tidak memiliki kemampuan yang sama dengan teman yang lainnya. Ia merasa tidak cukup pintar jika dibandingkan dengan teman asrama lainnya. Mahasiswa ini mengaku kepada DA bahwa dirinya masih kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan keadaan di Asrama Islam Sulthon Aulia yang mengharuskannya hidup dalam berbagai aturan. Mahasiswa ini juga tidak banyak melakukan interaksi dengan yang lain dan enggan untuk keluar dari kamarnya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk memahami profil kesejahteraan psikologis mahasiswa di Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah



- 1) Bagaimana profil kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta?
- 2) Apakah yang menjadi faktor pendukung kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang serta identifikasi masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini dibatas pada profil kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana profil kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta?

### **E. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan memberi informasi terbaru tentang kesejahteraan psikologis di bidang studi Bimbingan dan Konseling, serta menambah kajian pustaka atau teori tentang kesejahteraan psikologis bagi penelitian-penelitian yang relevan.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Dewan Guru di Asrama Islam Sulthon Aulia

Sebagai tolak ukur yang dapat digunakan oleh dewan guru untuk mengetahui dan memahami profil nyata kesejahteraan psikologis mahasiswa atau santri di Asrama Islam Sulthon Aulia.

### b. Bagi Mahasiswa

Sebagai acuan tentang seberapa baik kesejahteraan psikologis yang mereka miliki.

### c. Bagi Peneliti Lain dan Prodi Bimbingan dan Konseling

Sebagai acuan dalam penelitian selanjutnya serta memberikan gambaran mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa yang tinggal di Asrama Islam untuk kemudian dikembangkan program prevensi bagi mahasiswa tersebut, serta menjadi referensi tambahan bagi peneliti lain.